

# おーろら通信 (331) 2025年10月号

三洋電機洋友会群馬地区お知らせニュース

今月の記事 役員募集、旅行、スマホ、相談会、カラオケ、G ゴルフ、山行、コメント、お知らせ

※また、インフルエンザが流行しておりますので  
予防接種をお勧めします。

群馬県邑楽郡大泉町仙石二丁目 26 番 1 号  
仙石第一ビル 1 階(1975-00 棟)  
TEL&FAX 0276-62-6782  
電話は原則毎週水曜日 9 時半～11 時  
E-mail: yoyugunma@juno.ocn.ne.jp  
http://yoyugunma.sakura.ne.jp/  
発行者: 奥山泰彦 編集者: 内田光男



洋友群馬 QR

## ○ 新規幹事役員の募集

来年度は役員の改選期です。今後洋友会を継続していくため新しい方の参加が必須です。つきましては、新規に役員を担当してくださる方は自薦他薦を問いません。役員まで連絡してください。役員会議は毎週水曜日の午前中です。各月の第 1 週は ZOOM によるリモート会議です。  
友達作りや社会参加により、脳の活性化に役立ちます。洋友会役員への参加を是非お願いいたします。

## ○ 「秋の日帰り旅行 11 月 27 日」開催お知らせ

先月のおーろら通信でご案内しました「秋の日帰り旅行」ですが、大勢様の申し込みをいただき、開催が決まりましたのでご案内します。  
お陰様で 42 名の申し込みを頂き今後はキャンセル待ちになりますのでご承知おき願います。  
まだ先のことなのですが、皆様へのお知らせが、今回が最後になりますのでスケジュールへのメモをお願いします。11 月末の気候は分かりませんが、天気予報などを確認いただき衣服の調整をお願いします。横浜観光はエリアが広いので、バスでの観光は持ってきて、ウキウキ感満載です。  
美味しい中華を沢山いただいて、街の遊びはグループなどでいろいろ考えて下さい。自分だけのカップヌードル作りも楽しそうです。  
詳細を再度メモしましたので、ご確認ください。

◇開催日: 令和 7 年 11 月 27 日(木)

◇集合: 大泉町役場前、8 時 15 分(8 時 30 分出発)

◇参加費: 11,000 円(昼食込み、初参加、配偶者参加 特典あり)

◇概要: 大泉町役場(8:30 出発)－《高速道》－(途中休憩)－横浜中華街(昼食は龍興飯店、11:30～13:30)－赤レンガ倉庫近辺散策(13:45～14:45)－カップヌードルミュージアム(15:00～16:00)－大泉役場(途中休憩、18:50)

◇問合せ先 担当幹事

松澤千代子 Tel:000-0000-0000 or 斎藤正子 Tel:0000-00-0000



## ○ スマホサロン

※毎月第 2 週水曜日 午後 1:00 より 2 時間開催しています。  
今回は 11 月 12 日(水) 13:00～15:00

世の中電子決済ができないと乗り物だけでなく、買い物も食事も不便になります。

今回は、電子決済(QR コード決済、電子マネー)の使い方について“超初心者”でも判るように学んでいきましょう。  
よろしくお願いします。

担当幹事: 臼倉

## 楽しいスマホサロン



毎月第2水曜日 13:00～15:00  
洋友会 事務所にて

## ○ スマホ\_パソコン困った相談

毎月第 3、第 4 の水曜日 10:00～12:00 事務所

スマホやパソコンを使っていて、困ったことあれば、何でも相談に来てください。会員とその関係者の方は無料! です。

## ○ 洋友群馬ホームページにて

スマホ\_パソコンのワンポイント講座資料を掲載しています。

・ガラケーからスマホ乗り換え、・スマホ買い替え の資料を追加しました。

また、パソコンでは Windows10 のサポートが 10 月 14 日で終了した為、その対処方法も掲載しました。  
機会があればご覧ください。

担当幹事: PC クラブ 臼倉敏和

## ○ 11月の相続・生前対策の個別無料相談室の案内

【日時・場所】

(原則) 第2水曜、第3水曜(初回90分拡大版) 事前予約制・秘密厳守です。

ご自宅、当事務所、Zoom、ファミレスなど、柔軟に対応できます。

【相談内容】

遺言書の作成、認知症対策(後見制度・家族信託の活用)、親族への生前贈与、おひとり様(高齢者2人世帯)相談、生命保険の非課税枠活用、空き家対策(中古住宅買取り、媒介)、不動産対策(農地転用)、介護施設(情報収集)、葬儀相談などのお悩みで内容を問いません。

会員ご本人だけでなく、ご家族からの相談も歓迎です。お気軽にご活用ください。

連絡先 : 瀧口 000-0000-0000、00000000@00000.000

## ○ カラオケ愛好会忘年会の案内

2025年度のカラオケ愛好会の忘年会を次の通り開催します。

◇日時:11月18日(火)12時~17時

◇開催場所:まねきねこ大泉店

◇申込み締切り:11月4日(火)

◇参加費:2,200円(予定)

12時から軽食を食べて12時40分頃から発表を始めます。

1曲目は事前エントリーした曲を歌って頂きます。1曲目を全員歌唱後暫し休憩して2曲目を唄って頂きます。2曲目はソロの曲、又はデュエットの曲で、どちらかの曲を当日エントリーして頂きます。

基本的に全員2回歌います。発表後は外れ無しのビンゴゲーム等で楽しめます。何が当たるか毎回楽しみです。ソフトドリンクは基本的にドリンクバーを利用しますが、それ以外にも多少の飲食物を用意します。参加希望者は申込用紙に一曲目の発表曲を添えて幹事迄連絡してください。

初めて参加の方、ご家族でのご参加大歓迎です。また今後洋友会入会希望の方もOKです。

幹事:田名網隆弘(0276-72-0693)、菅沼俊夫(0276-62-5785)、

石関 正明(0276-63-5577)、奥山 泰彦(080-5682-8551)

## ○ カラオケ愛好会例会報告

9月の例会

9月2日13:30~17:00 場所:まねきねこ大泉店 参加者:7名 発表曲:45曲

特記事項:本日、新しい仲間が一人増えました。筆者の職場の後輩で、スポーツマンで歌の上手い男性との記憶が有る。随分久しぶりに会いましたが大変懐かしい気がしました。太田市在住の“Kさん”です。それと本日は、ほぼ毎回出席の常連の一人の“Tさん”が肺炎で入院し、休みとの事で大変心配である。早く良くなって欲しいですね。こんな一日ですが7名で45曲を歌い継ぎ定時に解散

9月17日13:30~17:00 場所:まねきねこ大泉店 参加者:9名 発表曲:43曲

特記事項:まだ暑い日が続く東京で、陸上の世界選手権東京大会が国立競技場で開幕され、約200カ国・地域と難民選手団から約2000人が参加したそうです。前回、入院し欠席の“Tさん”は本日元気になり復帰、大事に至らず良かったです。これからは徐々に寒くなりますので、風邪等に気を付けましょう。今日は直近に入会された“Nさん、Kさん”は休みの様です。結局本日は9名で43曲を歌い継ぎ解散。

今月の発表曲 (紙面の都合により一部の曲のみ記載)

YO	こしの都 五木ひろし	東京の空 北島三郎	最後の酒 木村哲司	酒灯り 三山ひろし	朋輩よ 鳥羽一郎	北海ながれ歌 大江裕
TS	やすらぎ酒場 田辺大蔵	十勝秋冬 大江裕	いいじゃないか 三門忠司	ひとり雨 鏡五郎	湯呑み酒 木村徹二	情け雨 浜博也
MI	思い出したよ故郷を 新沼謙治	りんどうの花 咲く頃 千葉	渚にひとり 千葉一夫	砂時計 まつざき幸介	横浜ベイエリア 岩出和也	北の街函館 北川大介

KF	男の燈台 三門忠司	長崎の鐘 藤山一郎	男、涙の酒 藤原浩	忘れ宿 五木ひろし	最後の恋人 池田一男	夢しずく 五木ひろし
FO	奄美の砂 水森かおり	大阪恋しずく 水森かおり	夜香蘭(ヒヤシンス) 丘みどり	龍泉洞 水森かおり	釧網本線 走雄介	浪花魂 坂本冬美

TT	浅草人情 橋幸夫	子連れ狼 橋幸夫	おけさ歌えば 橋幸夫	KN	さらば恋人 堺正章	悲しいやね 上田正樹	乾杯 長渕剛
TK	男と女の破片 前川清	風の街太田 しの乙吉	夜明けのブルース 五木	HT	雪椿 小林幸子	みれん海峡 田川寿美	真夏の出来事 平山三
TS	黒猫のタンゴ 皆川おさむ	潮来笠 橋幸夫	氷雨 日野美歌	K	お岩木山 三山ひろし	迷い道 渡辺真知子	哀愁列車 三橋美智也

今後の予定(月例会):11月4日、12月2日16日(何れも火曜)13:30～17:00、参加費 900 円  
幹事:石関 正明(0000-00-0000) 奥山 泰彦 (000-000-0000)

## ○ グラウンドゴルフ大会の実施報告

眩しいほどの秋晴れの中での開催となりました。  
強い陽射しの中、皆さん必死にボールを追いかけていました。  
時間の関係でゲームは8ホール2ラウンドで行われました。  
スコアつけにも慣れて次回はなんとか3ラウンドで実施したい  
と思います。

優勝:加藤 博史さん、準優勝:野口 三男さん  
日時:10月17日(金)13:00～ 場所:御正作公園  
参加人数:15名  
担当幹事:小林 一夫、岸 雄二

優勝 加藤 博史さん



## ○ 金山でも歩こう会からの連絡&報告

### <連絡>

第222回 11月7日(金)  
行き先:太田金山 コース当日決定  
集合場所:呑竜様境内  
集合時間:AM10:00

第223回 11月21日(金)  
行き先:太田金山 コース当日決定  
集合場所:呑竜様境内  
集合時間:AM10:00  
※雨天中止の時は翌週に順延

### <報告>

第220回 2025年10月3日(金) 金山ハイク 曇り14名参加  
今日のルートは萩の花を愛するため、久々に受楽寺経由で表参道をおく。時代の変化でスッカリ参道は様変わり一般住宅の中を歩くようだ。受楽寺山門手前で真っ赤に咲く曼殊沙華の花を愛で山門前で満開に咲く萩の花をバックに記念写真を撮る。受楽寺から井戸の上山を登り親水公園で休憩。御城橋を渡りルートを二手に別れ登る。1班は右のダイレクトルート、2班は左の東屋を経由して表参道ルートを歩き

ました。2 班は東屋で休み南曲輪に着くと既に 1 班は到着して待ちくたびれていたとのこと。11 時 40 分全員で昼食を取る。12 時いつものコースと逆にモータープール経由で下る。途中東屋で休み 13 時に呑竜様境内に戻り無事解散した。予報では夏日になる訳でしたが、爽やかなハイキング日和となりました。  
担当者:内田光男

## お知らせ

### ○ 「ボランティア活動」からの連絡

各月のノート記載プルタブ、アルミ缶、古本等寄贈者(敬称略)

‘25/9月～10月

久保田勇、瀧谷、澤井、奥山、斎藤(正)、城田、森本、関根俊、青木、桑原、小林(一)、掛川、いずみオートピア、



### ○ 金婚祝い おめでとうございます

橋田 勝昭 妻 君代さん 1975 年 10 月 10 日 ご結婚

### ○ 訃報 ご冥福をお祈り致します

亀田 正夫さんが 9 月 24 日に亡くなりました。享年 74 歳

鈴木 国広さんが 9 月 26 日に亡くなりました。享年 84 歳

納見 知秋さんが 9 月 11 日に亡くなりました。享年 80 歳 (旧姓: 栗田)

大島 汎信さんが 10 月 11 日に亡くなりました。享年 83 歳

**\* 訃報発生時**は洋友会群馬地区会長(奥山泰彦)に連絡を下さい。TEL:000-0000-0000

**訃報発生時遺族の方から告別式の2日前までに 連絡いただけると下記対応が出来ます**

供花2基 メッセージカード 2 通(三洋電機社長名、洋友会群馬地区会長名) 香典1万円

配偶者の方は香典 5,000 円のみ対応させていただきます。(洋友会群馬地区会長名)

## 咳にご注意！単なる咳ではないかもしれません・・・

<本部提供健康ニュース>

暑かった夏が過ぎ、最近は朝晩の冷え込みに秋を感じるようになってきました。季節の変わり目は、咳に悩む方もいらっしゃるのではないのでしょうか？そこで、今回は『咳ぜんそく』に関するお話です。

#### ◆咳ぜんそくを予防しよう！

生活の中での予防策としては、次のことが考えられますので参考にして下さい。

- ・タバコや過度の飲酒を避ける
- ・部屋を良く換気・掃除し、カビ、ダニ、花粉等のアレルギーを引き起こす要因を取り除く
- ・栄養のバランスが整った食生活を心掛ける
- ・睡眠や休養を十分取る

咳ぜんそくは、ぜんそくのような息苦しさがないので、軽く受け止めたり、見逃されることがあります。しかし、放っておくと約 3 割がぜんそくに移行し、ぜんそくから他の呼吸器疾患につながるケースも少なくありません。気になる症状がある際は、専門医(呼吸器科、耳鼻咽喉科、アレルギー科)で診てもらいましょう。

咳ぜんそくは完治するまで治療を続けることが大切です。症状が軽くなったからといって直ぐに治療を止めてしまうと再発することがありますから、自己で判断せず医師の指示に従いましょう。

以上

